

CAMBUSIER·ÈRE

Le·la cheffe d'orchestre du Carré

Le·la cambusier·ère organise l'approvisionnement, les repas et la convivialité au Carré. Ce rôle développe la créativité dans la contrainte, l'attention aux besoins du groupe et l'organisation logistique invisible qui fait tourner le quotidien.

INSPIRÉ·E DE TRACY EDWARDS

Navigatrice britannique (née en 1962). Whitbread 1985-86 : seule femme à bord, reléguée à la cuisine malgré ses compétences en navigation. Elle transforme ce rôle stigmatisé en **observatoire privilégié des dynamiques d'équipage**.

1989 : crée le premier équipage 100% féminin (Maiden), remporte 2 étapes. Première femme Yachtsman of the Year.

« On m'avait dit que ma place était à la cambuse. J'y ai appris à lire l'équipage comme personne. »

CELA T'AIDERÀ À CULTIVER...

La créativité dans la contrainte

Transformer les limites (provisions, météo, fatigue) en opportunités.

L'attention aux besoins

Repérer qui a faim, soif, froid, fatigue avant même qu'iel le demande.

L'organisation invisible

Structurer le quotidien collectif par les repas, les pauses, les moments partagés.

La générosité active

Nourrir les corps et le moral de l'équipage, créer du lien autour de la table.

L'observation stratégique

TES MISSIONS DE CAMBUSIER·ÈRE

Le matin

Vérifier les provisions (eau, nourriture, goûter)
Prévoir les repas selon durée de nav et météo prévue
Organiser le stockage accessible pour la journée
Anticiper besoins spéciaux (mal de mer, régimes, allergies)

En navigation

Gérer les repas/goûters aux bons moments
Adapter les préparations selon l'état de la mer
Maintenir l'hydratation de l'équipage
Repérer qui a besoin de quoi sans qu'iel ait à demander
Ranger au fur et à mesure pour garder le carré fonctionnel

Le soir

Faire l'inventaire des provisions restantes
Nettoyer et ranger la cambuse
Anticiper le prochain ravitaillement
Noter ce qui a bien/moins bien fonctionné

QUESTIONS POUR T'AIDER

Qui n'a pas assez bu/mangé aujourd'hui ?
Comment adapter le prochain repas à la météo prévue ?
Qu'est-ce qui faciliterait la vie de l'équipage demain ?

TRANSPOSABLE À TERRE

En famille, en coloc, au travail :

Celuicelle qui nourrit voit tout, sait qui va bien, qui décroche, qui a besoin de quoi. C'est un **poste d'observation stratégique** sur le groupe. La logistique invisible (courses, repas, rangement) structure le quotidien collectif et crée les conditions du bien-être de toutes.

Comme Tracy Edwards l'a prouvé : ce rôle de "soutien" est en réalité un **tremplin vers le leadership**, car il développe une compréhension fine des dynamiques humaines et des besoins collectifs.
